

**Zutaten:**

- 300 g Möhren
- 2 Äpfel
- 2 EL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer, 1 TL Zucker
- 2 EL Olivenöl
- 1 Bd Schnittlauch
- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 2 Eier
- 2 EL Schlagsahne

- 30 g ger. Parmesan

- 100 g Mehl

- 5 EL Öl

- 1 EL Sesamsaat

### **Zubereitung:**

1. Möhren schälen und grob zerteilen, Äpfel vierteln und entkernen.

2. Beides in der Küchenmaschine fein raspeln und sofort (!) mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Zucker

und Olivenöl mischen.

3. Schnittlauch in Röllchen schneiden und unterziehen.

4. Das Fleisch waagrecht halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

5. Die Eier mit Sahne, Käse Salz und Pfeffer verquirlen.

6. Fleisch erst in Mehl wenden, abklopfen und dann durch die Ei - Masse ziehen.

7. Im heißen Öl bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3 – 4 Min goldbraun braten, auf Küchenpapier

abtropfen lassen.

8. Rohkost mit Sesam bestreuen und dazu servieren